

PERCEPÇÃO DE POLICIAIS MILITARES EM RELAÇÃO AO ESTRESSE OCUPACIONAL

Márcia Jaciane dos Santos¹
Sérgio da Silva de Jesus²
Maria Rita Britto Tupinambá³
Worney Ferreira de Brito⁴

RESUMO

O policial militar, com uma rotina cada vez mais exigente, tem muita dificuldade em cuidar de sua saúde e em ter qualidade na vida pessoal. Fica a cargo de sua função a missão de atuar na preservação da ordem pública e como agente responsável por fazer cumprir a lei, colocando em risco a própria vida. O estresse pode estar relacionado a diversos fatores, podendo afetar a vida pessoal ou profissional das pessoas e, de modo específico, dos policiais, que são responsáveis por manterem a ordem e a segurança da sociedade e de terem desempenho excelente na execução de suas atividades laborais. Destarte, o presente trabalho tem como objetivo avaliar a percepção de policiais militares em relação ao estresse ocupacional que lhes acomete, observando-se as estratégias de enfrentamento utilizadas por eles para lidar com essa situação. O objeto de estudo foi construído a partir de relatos da vivência de policiais militares que atuam em uma cidade de porte médio no estado de Minas Gerais. Utilizou-se um questionário estruturado contendo 10 perguntas, que tiveram suas respostas analisadas por metodologia qualitativa, baseada na análise de conteúdo de Bardin, que envolve múltiplas fontes de dados e observação. O trabalho visou apresentar, além das percepções de policiais militares em relação ao estresse, a repercussão dessa condição de saúde nas relações biopsicossociais, o impacto desse fenômeno na saúde dos militares e a importância de um acompanhamento psicológico na vida desses profissionais.

Palavras-chave: Estresse; Adoecimento Mental; Policiais Militares.

PERCEPTION OF MILITARY POLICIES IN RELATION TO OCCUPATIONAL STRESS

ABSTRACT

Military police officers, with an increasingly demanding routine, have great difficulty in taking care of their health and in having quality in personal life. Carrying out the mission of acting in the preservation of public order and as an agent responsible for enforcing the law, putting at risk their own lives is a duty of their function. Stress can be related to several factors and can affect both personal and professional lives of people, and, specifically, of the police officers, who are responsible for keeping the order and the safety of society and for performing in the execution of their work activities. Therefore, the present study aims to evaluate the perception of military police officers in relation to the occupational stress they are under, observing the coping strategies they use to deal with this situation. The object of study was based on reports of the experience of military police officers

¹ Especialista em Saúde da Família (FUNORTE); graduada em Psicologia (FASI).

² Especialista em Gestão de Pessoas e Recursos Humanos (Instituto Prominas); graduado em Psicologia (FASI).

³ Mestre em Desenvolvimento Social (Unimontes); graduada em Psicologia (FUMEC); coordenadora e docente do curso de graduação em Psicologia do Centro Mineiro de Ensino Superior Promove.

⁴ Mestre em Cuidado Primário em Saúde (Unimontes); graduado em Psicologia (FASI); docente do curso de graduação em Psicologia da FASI e da FUNORTE.

Autor para correspondência: Worney Ferreira de Brito. Endereço: Rua Antônio Augusto Tupynambá, 207, Prolongamento do Todos os Santos, Montes Claros – MG, 39400-510, telefone: (38) 99166-9599. E-mail: worney@gmail.com . E-mail alternativo: psicologosergiosilva@gmail.com .



operating in a medium-sized city in the state of Minas Gerais. A structured questionnaire containing 10 questions was used; the answers were analyzed by means of qualitative methodology, based on Bardin's content analysis, which involves multiple sources of data and observation. The aim of this study was to present, besides military police perceptions regarding stress, the repercussion of this health condition on biopsychosocial relations, the impact of this phenomenon on the health of the military and the importance of a psychological accompaniment in the life of these professionals.

Keywords: Stress; Mental Illness; Military Police.

INTRODUÇÃO

Na atualidade, mudanças estão acontecendo a todo instante, a fim de que o ser humano se adapte à globalização e ao mercado de trabalho competitivo. Embora o desenvolvimento de equipamentos e máquinas de alta tecnologia tenha ocorrido em larga escala, o homem moderno continua ocupando grande parte do tempo trabalhando, assim, ao contrário do que se imaginava, possui cada vez menos tempo para si mesmo (GONÇALVES, 2012).

A construção da identidade e do desenvolvimento de um indivíduo tem no trabalho um elemento essencial, que não se configura apenas na garantia da sobrevivência ou na segurança, mas que é fundamental para que seu desempenho faça sentido. O trabalho é visto como um processo de criação, e apresenta valores ligados à natureza das tarefas, ao desenvolvimento da criatividade, e da autonomia e nas relações pessoais e interpessoais, positivas e construtivas (MORIN; TONELLI; PLIOPAS, 2003).

A ação do estresse durante o cotidiano tem sido pautada por modificações em aspectos de caráter negativo, tanto físicos como mentais, que contribuem para o surgimento de diversas patologias, afetando a qualidade na vida que o sujeito leva.

A qualidade de vida é, então, descrita como um conjunto de fatores que contribuem para um processo harmônico que se chama saúde. Ter uma boa qualidade de vida é uma busca incansável de quase todo indivíduo, mas é algo difícil de ser alcançado, pois demanda uma mudança nos hábitos rotineiros, como uma alimentação balanceada, combinada com a prática de exercícios físicos regulares (GONÇALVES, 2012).

Nas últimas décadas, houve um aumento da preocupação com a qualidade de vida do ser humano. Com uma rotina cada vez mais agitada, torna-se muito difícil para quaisquer sujeitos cuidar da saúde e ter qualidade nas atividades exercidas.

Um dos fatores que afetam a qualidade de vida no ambiente de trabalho é o estresse, que pode ser entendido como “esforço de adaptação do organismo para enfrentar situações que considere



ameaçadoras a sua vida e seu equilíbrio interno” (SELYE, 1956). Portanto, o estresse é uma reação fisiológica natural de sobrevivência. Quando o indivíduo apresenta uma dificuldade de se adaptar às situações ameaçadoras, o estresse pode tornar-se patológico, levando à ocorrência de uma alteração hormonal crônica, que pode resultar em distúrbios passageiros e até em doenças mais graves (BERNIK, 1997).

O estresse é, comumente, oriundo da interação das características do sujeito e das influências sofridas por ele diante das circunstâncias ambientais, ou seja, a relação entre os meios interno e externo, em conjunto com a percepção do indivíduo em torno da sua própria capacidade de enfrentamento (DEJOURS, 1994). O processo laboral pode levar o ser humano ao sofrimento, ora percebido como estresse. Assim, conhecer suas possíveis causas se torna imprescindível para modificá-lo, possibilitando reelaborar contingências mais adaptativas ao processo de trabalho, em casos de profissões, como a de policial militar.

Na literatura atual, o trabalho policial é descrito como o mais estressante de todos os ofícios, pois os policiais são classificados como os profissionais que mais sofrem estresse, já que estão constantemente expostos ao perigo e à agressão, devendo frequentemente intervir em situações de conflito e tensão (BRITO; GOULART, 2005).

A profissão de policial constitui um grande recurso para o Estado, uma vez que, esses profissionais atuam diretamente na preservação da ordem pública. Porém, para que esse trabalho seja desenvolvido com qualidade e de maneira satisfatória, são necessárias condições de trabalho tanto físicas quanto psicológicas (MINAYO; ASSIS; OLIVEIRA, 2011).

A exposição a riscos reais ou imaginários inerentes à função de policial militar os remete ao sofrimento e ao estresse, conduzindo-os a um estado de alerta, dentre outros agravos. Conforme Benevides-Pereira (2002), os profissionais que atuam perante o contato direto com assistência a outras pessoas estão mais propensos a desenvolverem o estresse, com o surgimento de sintomas físicos, psicológicos e comportamentais.

Dentre os sintomas físicos, podem aparecer dores musculares, fadiga, distúrbios do sono e complicações gastrintestinais. Já os sintomas psicológicos e comportamentais incluem falta de atenção e concentração, déficit de memória, baixa autoestima, labilidade emocional, impaciência, dificuldades comportamentais associadas com irritabilidade, aumento de agressividade, dificuldade para relaxar, isolamento, sentimento de onipotência, falta de interesse pelo trabalho, ironia, cinismo e risco de suicídio (BENEVIDES-PEREIRA, 2002).

Para Aguiar (2007), os profissionais da Polícia Militar estão envolvidos nos mais diversos tipos de conflitos, e nem sempre possuem autorização para resolvê-los, por limitação institucional



legal. Todo esse processo desencadeia no policial um estado de frustração, incertezas, conflitos e insatisfação no trabalho, sendo que todos esses fatores estão ligados diretamente ao estresse ocupacional.

O trabalho do policial não possui o devido reconhecimento da população, o que acaba por lhe gerar sentimentos de inutilidade, frustração e improdutividade. Assim, a insatisfação dos policiais pode ser percebida através de greves e comportamentos agressivos, o que foi comprovado em pesquisas ocorridas na década anterior, que apontavam para quão prejudicial ao bem-estar e à qualidade de vida destes trabalhadores era o exercício da profissão (AMADOR, 2000).

Essa insatisfação, em conjunto com o não reconhecimento do trabalho da Polícia, gera no policial uma baixa na autoestima, que, por sua vez, acaba afetando a motivação e o comprometimento com o serviço, aumentando, assim, sua vulnerabilidade, a manutenção do estresse e outros transtornos (MORAES *et al.*, 2001).

Além das dificuldades diretas do trabalho, o policial militar enfrenta outros aspectos referentes à sua instituição. Silva e Vieira (2008) buscaram contextualizar a profissão do policial militar quanto à organização do trabalho ante as demandas da sociedade atual, de modo a identificar as repercussões na saudabilidade desses profissionais, apontando aspectos que refletem em sua saúde mental, tais como a hierarquia e a disciplina, pilares que tornam a organização policial complexa.

A forma como todos esses fatores se conjugam, seja a organização ou a precariedade do trabalho, podem trazer implicações danosas à sanidade mental do policial, o que pode ser justificado pelo alto número de licenças médicas advindas desses profissionais (SILVA; VIEIRA, 2008).

Destarte, a avaliação psicológica nesse contexto parece fundamental, tanto no processo de seleção de pessoal para a prática laboral, como sugerem Brito e Goulart (2005), quanto no decorrer de sua função, uma vez que o estresse pode afetar a atividade de tais profissionais, e as consequências do comportamento de um policial estressado interferem diretamente na segurança pública.

O objetivo deste trabalho é, portanto, apresentar as percepções de policiais militares do município de Montes Claros – MG em relação ao estresse ocupacional, observando-se a repercussão dessa condição de saúde nas relações biopsicossociais, o impacto desse fenômeno na própria saúde do militar e a importância de um acompanhamento psicológico na vida desses profissionais.

METODOLOGIA

Esta pesquisa tem caráter qualitativo, sendo de corte transversal, tendo-se utilizado a metodologia de análise do conteúdo (AC), baseada em Laurence Bardin. Essa metodologia é um



conjunto de técnicas de análise de comunicações, que tem como objetivo ultrapassar as incertezas e enriquecer a leitura dos dados coletados. Como afirma Chizzotti (2006), “o objetivo da análise de conteúdo é compreender criticamente o sentido das comunicações, seu conteúdo manifesto ou latente, as significações explícitas ou ocultas”.

Com esse intuito, realizou-se uma pesquisa com profissionais da Polícia Militar de uma cidade de porte médio no norte de Minas Gerais, de modo a descrever as percepções desses profissionais em relação ao estresse, tendo como objetivo principal dedicar ao tema um olhar aprofundado aos aspectos identificados como relevantes para esta discussão.

PRODUÇÃO DOS DADOS EMPÍRICOS

A pesquisa foi conduzida com 20 policiais militares, que prestam serviço a uma unidade que atua no serviço de policiamento ostensivo, conceito abrangente que envolve atividades de prevenção primária e secundária, executadas para a consecução da segurança pública, tais como policiamento comunitário, rádio patrulhamento e todas as demais que são levadas a efeito pela Polícia Militar, a fim de prevenir o cometimento de atos ilícitos penais ou de infrações administrativas sujeitas ao controle da Instituição (MINAS GERAIS, 2016).

Optou-se pelo recorte de uma amostra significativa da população dessa unidade militar em função da utilização da Análise de Conteúdo (AC), pois a pesquisa com todos os seus membros ultrapassaria o caráter de saturação (FONTANELLA; RICAS; TURATO, 2008).

Para a produção dos dados, utilizou-se um questionário estruturado composto por dez perguntas, que foram respondidas pelos sujeitos em local livre de interferências adversas. Utilizou-se de forma complementar a Técnica da Observação Livre (GUÉRIN *et al.*, 2004), a fim de auxiliar no processo de conhecimento dos aspectos que compõem a situação em estudo.

A pesquisa foi realizada mediante o consentimento do capitão responsável pela unidade militar e dos entrevistados, que leram e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Associação Educativa do Brasil - Soebras / Faculdades Unidas do Norte de Minas, de acordo com o parecer CAAE: 53255516.3.0000.5141.

RESULTADOS E DISCUSSÃO



Para se compreender a percepção dos policiais militares em relação ao estresse, os resultados foram divididos nas seguintes categorias: 1) Percepção dos profissionais em relação ao fator mais estressante; 2) Repercussão do estresse nas relações biopsicossociais; 3) O impacto do estresse na saúde do profissional militar; e 4) Necessidade de acompanhamento psicológico.

Em seguida, será apresentado o que foi apurado com a pesquisa.

1. Percepção dos profissionais em relação ao fator mais estressante

Considerando-se que o estresse não advém apenas de eventos negativos, há ocorrências positivas que também vão representar uma carga emocional considerada excessiva, como, por exemplo, uma promoção ou a mudança em função das responsabilidades e consequências para a vida pessoal que representam, nesse sentido, o estresse ocupacional, que pode ser considerado uma relação particular entre o indivíduo, seu ambiente de trabalho e as demais situações às quais o sujeito está submetido (FRANÇA, 2002). Nos trechos a seguir, pode-se verificar que os relatos se baseiam exclusivamente em um mesmo fator, que advém das relações hierárquicas e da disciplina existentes na profissão.

Policial: 20 “[...] Comandantes incompetentes que só pensam em serem promovidos”.

Policial: 06 “[...] Os superiores que se acham deuses e pegam ‘no pé’ dos subordinados”.

Policial: 03 “[...] Rigor excessivo sem justificativa por parte dos superiores”.

No que se refere à relação dos profissionais militares com seus superiores, percebe-se que são delimitados alguns fatores, como o trabalho de alto grau de dificuldade, falta de atenção à grande demanda, atividades de grandes responsabilidades, funções contraditórias e criatividade restringidas. Os resultados da pesquisa com os policiais sobre sua percepção acerca da profissão, leva a um entendimento de que não é o trabalho em si que faz adoecer, mas a forma como a liderança organiza o trabalho e as condições para sua realização (OLIVEIRA; SANTOS, 2010).

Esses excertos permitem constatar que a falta de perspectiva do processo de trabalho da corporação conduz a uma atitude imediatista, reativa e excessivamente focada nos aspectos operativos, provocando grande sofrimento mental aos policiais.

2. Repercussão do estresse nas relações biopsicossociais

A Polícia Militar, pela natureza do trabalho, expõe os policiais a constantes desgastes físicos e mentais em sua prática profissional diária. Tendo como base os principais conceitos relacionados ao estresse, nota-se que esse fenômeno possui uma dimensão biopsicossocial, que leva em conta estímulos externos, como trabalho e relações sociais, e internos, que correspondem ao pensamento e



emoções, incluindo a resposta que o organismo emite frente a essa estimulação. Molina (1996) define de forma clara a repercussão do estresse nas relações biopsicossociais, que causam mudanças evidentes na vida dos policiais militares:

[...] qualquer situação de tensão aguda ou crônica que produz uma mudança no comportamento físico e no estado emocional do indivíduo e uma resposta de adaptação psicofisiológica que pode ser negativa ou positiva no organismo. Tanto os agentes estressores como seus efeitos sobre o indivíduo podem ser descritos como situações desagradáveis que provocam dor, sofrimento e desprazer. (MOLINA, 1996, p. 18)

Corroborando esse pensamento, seguem alguns excertos:

Policial: 05 “[...] De maneira geral, a PMMG é um mal necessário na sociedade, porém, somos constantemente cobrados por órgãos, como mídia, a própria sociedade que nos procura em busca de uma ajuda e depois é a primeira a nos criticar”.

Policial: 03 “[...] Antes do trabalho, me sinto receoso e ansioso. Após, me sinto mentalmente um lixo”.

Tais trechos podem ser considerados como sintomas do *burnout*, a síndrome de esgotamento profissional. Segundo o Ministério da Saúde do Brasil e a Organização Pan-americana da Saúde no Brasil (2001, p.191):

A sensação de estar acabado ou síndrome de esgotamento profissional é um tipo de resposta prolongada a estressores emocionais e interpessoais crônicos no trabalho. Tem sido descrita como resultante da vivência profissional em um contato de relações sociais complexas, envolvendo a representação que a pessoa tem de si e dos outros.

Policial: 02 “[...] Somos cobrados pela família, comando, sociedade. Tenho dificuldade para dormir e relaxar”.

Essa situação, visível na fala do profissional, demonstra a percepção de que eles se sentem desvalorizados e pressionados pela sociedade, o que incide diretamente sobre sua saúde mental.

Quando a organização do trabalho torna-se rígida, dificultando ou barrando a expressão criativa e autônoma dos sujeitos, ou ainda, quando o reconhecimento não se faz presente, emerge o sofrimento chamado de patogênico (DEJOURS, 1994).

Ao se analisarem as relações existentes entre as condições de trabalho e o estresse ocupacional, pode-se verificar que, quanto maior for a demanda desses profissionais, pior será a percepção de suas próprias condições de trabalho. Em contrapartida, quanto maior for o controle e o apoio social, melhor será a percepção desses profissionais em relação aos serviços realizados (MINAYO; ASSIS; OLIVEIRA, 2011).



Ainda é válido ressaltar que a Polícia Militar é constantemente exposta à agressão, violência e crueldade, devendo frequentemente intervir em situações de problemas sociais de alta tensão que podem gerar sentimentos de raiva, ansiedade, alienação e depressão. “Proibidos de expressar estes sentimentos, os quais são respostas normais à frustração, muitos policiais desenvolvem características de esquiva emocional, cinismo e autoritarismo” (SILVA; VIEIRA, 2008).

Esses profissionais que exercem função desgastante requerem muito preparo físico e psicológico e, portanto, precisam gozar de bons momentos de lazer para que possam atuar de forma eficaz na sociedade. É possível verificar que há diferenças entre os tipos de agentes estressores e a potência de sua manifestação sobre os policiais militares de acordo com a situação e o contexto ocupacional associado às diferenças individuais.

3. O impacto do estresse na saúde do profissional militar

É comum ao policial militar, em sua jornada de trabalho, deparar-se com conjunturas de riscos iminentes, que se somam a situações condicionantes para o surgimento do estresse. Constataram-se nesta pesquisa alguns fatores predisponentes que impactam na saúde do militar, como: jornada de trabalho excessiva, baixa remuneração, logística precária, falta de motivação etc.

A insatisfação, somada ao não reconhecimento do trabalho exercido, resulta em queda da autoestima dos policiais, o que influencia em sua motivação e comprometimento, propiciando, talvez, maior vulnerabilidade ao estresse e outros transtornos, conforme descrevem os trechos abaixo:

Policial: 07 “[...] Pressão por maiores resultados na diminuição da criminalidade, sobrecarga no trabalho, principalmente emprego nos finais de semana e feriado. (...) Como se a criminalidade dependesse exclusivamente da Polícia Militar, e sabemos que segurança pública é dever e responsabilidade de todos”.

Policial: 03 “[...] Logística precária. (...) a falta de valorização do serviço policial pelo público externo”.

Outro aspecto importante do trabalho policial é que este não tem reconhecimento da sociedade, o que acaba por gerar sentimentos de frustração, inutilidade e improdutividade nos profissionais (AMADOR, 2000).

Alguns fatores evidenciam que os policiais militares, fatos que se configuram como falta de reconhecimento de suas atividades prestadas ao Estado, além das dificuldades que enfrentam na busca do serviço de saúde para a família e si próprio, como a percepção de que seu salário é insuficiente diante dos serviços realizados. Dessa forma, existe um sentimento de não valorização que os expõe a



um risco físico e psicológico, além de não gozarem de melhores condições de saúde e lazer (MINAYO, 2013).

Policial: 10 “[...] Antes, sentimento de poder fazer algo de bom para a sociedade; (...) dever cumprido”.

Minayo, Assis e Souza (2008) sustentam que:

Na epidemiologia das doenças do trabalho, risco é o conceito central, entendido como probabilidade, medida de exposição, situação ou fator que determinam efeitos aversivos. Os policiais militares estão susceptíveis a diversos riscos de trabalho que interferem no processo saúde-doença.

Uma carga excessiva de estresse faz surgir vários prejuízos para a pessoa, comprometendo sua família, a empresa onde atua e o convívio social. Dentro do contexto psicológico, surgem os sintomas de cansaço mental, dificuldade de concentração, perda de memória imediata, apatia, indiferença emocional, baixa produtividade, falta de criatividade, crises de ansiedade, humor depressivo e diminuição da libido. Todas essas são características de estressores ocupacionais e o estresse em nível elevado decorrente desses sintomas pode interferir de forma direta no que diz respeito à produtividade, ao desenvolvimento de habilidades e à tomada de decisões em momentos críticos e, como consequência, pode afetar também sua vida pessoal (LIPP; COSTA; NUNES, 2017).

Além disso, o estresse prolongado enfraquece o sistema imunológico, baixando a resistência da pessoa e aumentando, assim, a vulnerabilidade em relação ao desencadeamento de infecções e doenças contagiosas que se encontravam latentes. Com isso, podem surgir úlceras, hipertensão arterial, diabete, problemas dermatológicos, alergias, impotência sexual e obesidade.

É perceptível, através dos relatos, verificar o impacto do estresse na saúde dos militares, o que ocasionalmente leva a acidentes de trabalho, pois eles estão envolvidos em combates diariamente. As condutas diárias desses profissionais os expõem a vários tipos de riscos ergonômicos, tais como viaturas em precário estado de funcionamento, expondo policiais a um sacrifício maior da coluna cervical, o que implica que o policial fique várias horas do dia em posições desgastantes, conforme comprovaram pesquisas de Gonçalves (2012).

Soma-se a esses condicionantes o fato de o policial, ao possuir uma jornada dupla, tendo que conciliar as chamadas atividades particulares nas suas folgas, dedica pouco tempo a sua família ou quase nada à prática de exercícios, levando, assim, um estilo de vida sedentário (GONÇALVES, 2012).

4. Necessidade de acompanhamento psicológico



Uma vez que o estresse pode afetar as atividades de tais profissionais, e as consequências do comportamento de um policial com estresse estão ligadas diretamente à segurança pública, nota-se a importância de um acompanhamento psicológico como campo de conhecimento e intervenção que surge de uma série de situações práticas de explicações sobre problemas humanos voltados para a medida das diferenças individuais, aptidões, transtornos mentais, interação social, adaptação ao trabalho, entre outros.

Na análise desta pesquisa, fica evidente que uma das maiores carências dos policiais militares desta cidade está relacionada à baixa procura de acompanhamento periódico com psicólogos ou psiquiatras, para que possa ser diagnosticada a possível existência de enfermidade de forma precoce. No trecho abaixo, fica evidente a percepção da necessidade de se procurar o serviço psicológico:

Policial: 19 “[...] Seria interessante contato com profissionais da área uma vez por semana ou pelo menos uma vez ao mês”.

Entende-se que, de forma geral, o principal objetivo da relação do psicólogo com o policial militar é facilitar seu processo de evolução, assessorando a todos os envolvidos, sendo mais um colaborador dentre os profissionais que podem auxiliá-los interdisciplinarmente.

Nota-se, no entanto, que há receio na procura desses profissionais, em razão de se sentirem estigmatizados:

Policial: 05 “[...] Não! Pois, muitas vezes, seremos mal vistos pela própria PMMG”.

Policial: 02 “[...] Não! Pois poderíamos ser classificados como desajustados, deveríamos ser acompanhados de perto”.

Por fim, diante da análise deste estudo, pode-se perceber que desenvolver militares exitosos é um desafio, não somente para os integrantes que assumem seu poder na hierarquia, como também para os próprios profissionais. Há muitos fatores envolvidos neste senso de percepção que, ao serem analisados, demonstram ser de uma riqueza e complexidade únicas para cada membro da corporação no seu momento histórico.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Embora este estudo tenha apresentado algumas limitações metodológicas ao não permitir generalizações para outros contextos, revela aspectos da parcela estudada e pode-se afirmar que a soma de relatos semelhantes permite ampliar os conhecimentos da área, trazendo sugestões para a realização de estudos sistemáticos.



Diante das análises investigatórias, fica evidenciado que a percepção dos policiais militares em relação ao fator mais estressante encontra-se nas relações com os superiores hierárquicos e na disciplina. As falas descritas nos questionários evidenciaram o quanto é difícil para esses profissionais manterem uma relação de cordialidade com seus superiores, dificultando a interação no ambiente de trabalho.

No que se refere à repercussão do estresse nas relações biopsicossociais, foi possível verificar que há diferenças entre os tipos de agentes estressores e a potência de sua manifestação sobre os policiais militares de acordo com a situação e o contexto ocupacional associado às diferenças individuais. Tais insatisfações, somadas ao descrédito da população e aspectos pessoais, resultam em queda da autoestima dos policiais, o que repercute sobre sua motivação e comprometimento, diminuindo a qualidade na execução de tarefas.

Foi possível notar alguns fatores predisponentes que, somados às relações descritas anteriormente, impactam na saúde do militar, levando à falta de motivação e seu adoecimento.

Por fim, com a análise do estudo, percebe-se a necessidade de acompanhamento psicológico desses profissionais, uma vez que a relação do psicólogo com o policial militar tem o objetivo de facilitar seu processo de evolução, possibilitando o manejo do estresse no ambiente de trabalho.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, F. L. S. **Estresse ocupacional**: contribuições das pirâmides coloridas de Pfister no contexto policial militar. 2007. 98f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal do Pará, Belém - PA, 2007.

AMADOR, S. F. Trabalho, sofrimento e violência: o caso dos policiais militares. *In*: SARRIERA, J. C. **Psicologia comunitária**: estudos atuais. Porto Alegre: Sulina, 2000.

BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. (Org.). **Burnout**: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

BERNIK, V. *Stress*: o ponto de ruptura. **Jovens Médicos**, São Paulo, n. 5, p. 305-311, maio, 1997.

BRITO, D. P.; GOULART, I. B. Avaliação psicológica e prognóstico de comportamento desviante numa corporação militar. **PsicoUSF**, Itatiba - SP, v. 10, n. 2, p. 149-160, dez., 2005.

CHIZZOTTI, A. **Pesquisa em ciências humanas e sociais**. 8. ed. São Paulo: Cortez, 2006.

DEJOURS, C. **A loucura do trabalho**: estudo de psicopatologia do trabalho. São Paulo: Cortez, Oboré, 1994.



FONTANELLA, B. J. B.; RICAS, J.; TURATO, E. R. Amostragem por saturação em pesquisas qualitativas em saúde: contribuições teóricas. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 1, p. 17-27, jan., 2008.

GONÇALVES, S. J. C. Qualidade de vida dos policiais militares que atuam na área da 2ª Cia. do 10º Batalhão Militar (Miguel Pereira e Paty do Alferes). **Revista Fluminense de Extensão Universitária**, Vassouras, v. 2, n. 2, p. 53-76, jul./dez., 2012.

GUÉRIN, F.; LAVILLE, A.; DANIELLOU, F.; DURAFFOURG, J.; KERGUELEN, A. **Comprender o trabalho para transformá-lo: a prática da ergonomia**. São Paulo: Edgard Blücher, 2004.

LACERDA, F. A. B. **Gestão da qualidade: fundamentos da excelência**. Brasília: SEBRAE, 2005.

LAUREEL, A. C.; NORIEGA, M. Para o estudo da saúde na sua relação com o processo de trabalho. *In: Processo de produção e saúde: trabalho e desgaste operário*. São Paulo: 1985.

LIMONGI-FRANÇA, A. C. *Stress e trabalho: uma abordagem psicossomática*. *In: SAMPAIO, J. R.; GALASSO, L. (Eds.). Stress no mundo do trabalho: trajetória conceitual*. São Paulo: Atlas, p. 54-71, 2002.

LIPP, M. E. N.; COSTA, K. R. S. N.; NUNES, V. O. Estresse, qualidade de vida e estressores ocupacionais de policiais: sintomas mais frequentes. **Rev. Psi: Org e Trab R. Eletr. Psico.**, Brasília, v. 17, n. 1, p. 46-53, 2017.

_____. **Mecanismos neuropsicofisiológicos do stress: teoria e aplicações clínicas**. 3. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010.

MINAS GERAIS. Polícia Militar de Minas Gerais. **Portfólio operacional**. Disponível em: <http://www.policiamilitar.mg.gov.br/portal-pm/portalinstitucional/conteudo.action?conteudo=2159&tipoConteudo=itemMenu> . Acesso em: 24 mar. 2019.

MINAYO, M. C. S. Valorização profissional sob a perspectiva dos policiais do Estado do Rio de Janeiro. **Cien. Saúde Colet.**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 3, p. 611-620, 2013.

MINAYO, M. C. S.; ASSIS, S. G.; SOUZA, E. R. **Avaliação por triangulação de métodos: abordagem de programas sociais**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2008.

MINAYO, M. C. S.; ASSIS, S. G.; OLIVEIRA, R. V. C. Impacto das atividades profissionais na saúde física e mental dos policiais civis e militares do Rio de Janeiro (RJ, Brasil). **Cien. Saúde Colet.**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 4, p. 2199-2209, 2011.

MINISTÉRIO DA SAÚDE DO BRASIL; ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE NO BRASIL. **Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde**. Brasília: Ministério da Saúde do Brasil, 2001.

MOLINA, O. **Estresse no cotidiano**. São Paulo: Pancast, 1996.



MORAES, L.; GUSMÃO, L.; PEREIRA, L. SOUZA, K. Estresse e qualidade de vida no trabalho na Polícia Militar no estado de Minas Gerais. **Anais GRT 359**, ENAMPAD, 2001. Disponível em: http://www.anpad.org.br/trabalhopopup.php?cod_edicao_trabalho=3083. Acesso em: 24 mar. 2019.

OLIVEIRA, K. L.; SANTOS, L. M. Percepção da saúde mental em policiais militares da força tática e de rua. **Sociologias**, v. 12, n. 25, Porto Alegre, set./dez., 2010.

ROMANO, A. S. P. F. **Levantamento das fontes de *stress* ocupacional de soldados da Polícia Militar e o nível de *stress* por elas criado**: uma proposta de um programa de curso de controle do *stress* específico para a Polícia Militar. 1989. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) - PUC, São Paulo, 1989.

SELYE, H. ***Stress***: a tensão da vida. São Paulo: Ibrasa, 1956.

SILVA, M. B.; VIEIRA, S. B. O processo de trabalho do militar estadual e a saúde mental. **Saúde Soc.**, São Paulo, v. 17, n. 4, p. 161-170, 2008.

